شبهه:

اگر تصور می‌کنید که دعاکردن، بیماران شما را شفا می‌دهد، پس آنان را از بیمارستان بیرون بیاورید و به مسجد ببرید.

«رد شبهات ملحدین»



no-atheism.net
no_atheism
islamway1434
asteira

نویسنده: کیهان نامدار

تهیه شده در مجموعه رد شبهات ملحدین

شبهه:

اگر تصور می کنید که دعا کردن بیماران شما را شفا می دهد

پس آنان را از بیمارستان بیرون بیاورید و به مسجـد ببریـد!

سـبحان الله این ملحدین چه اندازه در جهل و جهالت خود نسـبت به احکام دین اسـلام فرو رفته اند؟ و چه اندازه بر حماقت خود پایبند هسـتند و جالب اینکه نه تنها این حماقت و جهالت خود نسـبت به دین و احکامش را قبول نمی کنند بلکه به آن افتخار کرده و در صـدد گمراهی عوام افراد جامعه با زیبا نشـان دادن شبهات دروغین خود در قالب حقیقت هستند ! لکن برای کسانی که جویای حق و حقیقت باشند همین یک مقاله کافی خواهد بود تا بدانند ملحدین و اسلام ستیزان با اینکه خود سرگشته و حیرانند، چه اندازه آنان را سـاده لوح فرض می کنند و به این طریق و با نهایت تدلیس و تلبیس ایشـان را به آتیئسـم و مکتب الحاد و ناباوری فرا میخوانند.

بار ها گفته ایم که یکی از شگرد های ملحدین واهل الحاد، استفاده از انواع عناصر مختلف سفسطه و مغلطه است که برای تشویش ذهن افرادی که در مسائل دینی اطلاعات کمی دارند از آن استفاده می نمایند.

در این شـبهه نیز شـبهه افکن با نهایت فریبکاری و تلبیس ، با ایجاد دوگانگی بین دعا کردن و معالجه توسـط پزشک و دارو سعی دارد که تقابل و هم عِرض بودنِ دعا و استفاده از دارو را اِلقا نماید و بگوید: شما که اعتقاد به دعا برای بهبودی فرد مریض دارید پس چه نیازی دارد وی را نزد پزشـک ببرید! آن را به مسـجد برده و با دعا وی را معالجه نمایید!

قبل از پاسخ دادن به این شبهه نکته قابل توجه آن است که باید بدانیم در بینش الحادی استفاده از اسباب معنوی به همراه بهره بردن از اسباب مادی هیچ معنایی ندارد! به همین دلیل از دیدگاه ملحدین برای بهبودی فرد بیمار فقط و فقط باید از ابزار آلات پزشـکی و اسـباب دنیای مادی اسـتفاده کرد و همزمان نمی توان از معنویات مانند دعا و توکل نیز برخوردار شـد! حال آن که در ادامه ان شـاءالله با دلایل علمی موثق به تاثیرات بعد معنوی دعا بر روی سـیسـتم ایمنی و نیز حالات روحی روانی بدن خواهیم پرداخت و ثابت خواهیم کرد که اسباب مادی تنها پاسخگوی نیاز بشری نیست.

و اما پاسخ به این شبهه از دو قسمت تشکیل شده است.

قسمت اول: پـــاسخ جـــامع و کامل به شبهه بی اســـــــــــــاس اسلام ستیزان

قسمت دوم: بررسی تاثیرات بعد معنوی دعا بر جسم و روان انسان از نظر علوم پزشکی و روان شناسی

قسمت اول:

پاسخ جامع و کامل به شبهه بی اساس اسلام ستیزان در مورد دعا و توکل:

برای رد این شبهه کافیست سوالات زیر را از ملحدین بپرسیم:

اولا : در کجای دین اسلام دستور ی مبنی بر اکتفا کردن به معنویات مانند دعا و توکل آن هم بدون استفاده از اسباب مادی داده شده است که شما متفکرین اهل الحاد! چنین انتظاری از ما مسلمانان دارید تا فقط با دعا و توکل کردن آن هم بدون هیچ استفاده ای از اسباب مادی که الله متعال برایمان قرار داده و دستور استفاده از آن ها را توصیه نموده بیماران خود را شفا دهیم آن هم فقط در مکان مقدسی مانند مسجد؟!

دوما: اگر پزشکِ شما ! از شفا دادن بیمار و مریضتان عاجز بماند و کاری از دستش بر نیاید چه؟آیا مانند رهبر محبوبتان ریچارد داوکینز که به علت سالم نبودن نوزادان معلول قبل از تولد دستور به قتل آنان میدهد شما نیز به دلیل نا ا مید شدن از شفای مریضتان بدست دکتر و ناتوان ماندن در نگهداری آنان و پرداخت هزینه های هنگفت به بیمارستان، تصمیم به کشتن آنان می گیرید؟

سوما: با کدام دلیل و مدرک می خواهید تاثیرات مثبت دعا بر سیستم ایمنی بدن انسان را پنهان کرده و زیر سوال ببرید؟

از ظاهر شبهه چنان بر می آید که اسلام ستیزان و طراحان این شبهه به طور کلی مقوله دعا و توکل را درک نکرده اند؛ چرا که اگر کمی هم اهل تحقیق و مطالعه بودند باید متوجه می شدند که در اسلام معنای دعا کردن و توکل نمودن به این معنا نیست که انسان به بهانه آن ها، دست از تلاش و کوشش و استفاده از اسباب مادی و نیز تدبیر عقلی بردارد! و بدون انجام هیچ عملی متوسل به دعا و توکل به الله متعال گردد؛ زیرا که این‌گونه طرز تفکر جهل محض و به دور از عقل و منطق خواهد بود! لذا در دین مبارک اسلام هرگز چنین دستوری مبنی بر اکتفا کردن به این دو مورد داده نشده است و بلکه کاملا برعکس.

الله سبحانه و تعالی در رابطه با تلاش و کوشش میفرماید:

وَأَنْ لَيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَي.(۱)

و این که برای انسان پاداش و بهره‌ای نیست جز آنچه خود کرده و برای آن تلاش نموده است.

برای تفهیم بهتر موضوع به این حدیث از پیامبر صلی الله علیه و آله سلم اشاره می کنیم:

از حضرت انس ابن مالک رضی الله عنه روایت شده است که مردی به رسول الله صلی الله علیه و آله وسلم گفت: ای رسول خدا؟ آیا شترم را رها کنم و به خداوند توکل نمایم؟! پیامبر صلی الله علیه و سلم در جوابش فرمودند: شترت را ببند و سپس به الله سبحانه و تعالی توکل کن. (۲)

همانطوری که مشاهده می کنید پیامبر اسلام به خوبی و با رعایت تعادل استفاده از اسباب مادی(که در اینجا بستن شتر برای جلوگیری از فرار یا گم نشدن) است در کنار اسباب معنوی که(دعا و توکل نمودن به باری تعالی) برای اطمینان و آرامش قلبی وی می باشد سفارش کرده است.

خداوند متعال سرای دنیا را دارالاسباب قرار داده است و هر چیزی در جهان بر اساس این اسباب جریان می‌یابد و شناخت و استفاده از آن ها برای هر انسانی لازم و ضروریست از همین رو الله تعالی برای رسیدن و تحقق هر چیزی سببی قرار داده است.

همانطوری که خود حق تعالی میفرماید:

إِنَّا مَكَّنَّا لَهُ فِي الْأَرْضِ وَآتَيْنَاهُ مِنْ كُلِّ شَيْءٍ سَبَبًا.(۳)

ما به او(ذوالقرنین) در زمین قدرت و حکومت دادیم و وسائل و اسباب هر چیزی را (که برای رسیدن به آن تلاش می‌کرد) در اختیارش نهادیم.

از این رو هیچ یک از موارد ذکر شده در شبهه مذکور (معالجه پزشک، مصرف دارو و دعا نمودن) ذاتا و به خودی خود شفا بخش نیستند بلکه تنها وسیله و سبب برای بهبودی می باشند در نتیجه این را باید بدانیم که شافی و شفا بخش تنها الله سبحانه و تعالی می باشد.

حال خداوند متعال سببی را در استفاده از دستور العمل های پزشک و مصرف دارو قرار داده است و سبب دیگر را در دعا و توکل؛ به عبارتی دیگر دارو و پزشک قسمت مادی ماجرا را پوشش می دهد و دعا قسمت متافیزیکی آن را ؛ درنتیجه استفاده از یکی (پزشک به عنوان اسباب مادی) ما را از وجود دیگری(دعا به عنوان اسباب معنوی) بی نیاز نمی گرداند فلذا هر یک در جای خود تاثیر گذار بوده و هم‌عرض یکدیگر نیستند و با همدیگر منافاتی ندارند.

لکن متاســفانه ملحدین در چنین قضــایی دچار زیاده روی شــده و بدون هیچ توجه و بهره وری از معنویت، چنان حالت افراط را در پیش گرفته اند و در لوازم و اسـباب دنیای مادی غوطه ور شـده اند که راه علاج بیماری شـان را فقط و فقط در اسـتفاده از ابزار آلات دنیای مادی و لوازم و تجهیزات پزشـکی می بینند و هیچ اعتقادی به وجود تکیه گاهی برای رسیدن به آرامش روح و روانشان ندارند!

خداوند متعال در باره این گونه انسان ها چه زیبا فرموده است:

يَا أَيُّهَا الْإِنْسَانُ مَا غَرَّكَ بِرَبِّكَ الْكَرِيمِ. (٤)

ای انسـان! چه چیز تو را در برابر پروردگار بزرگوارت مغرور سـاخته اسـت (و در حق او گولت زده اسـت که چنان بی‌باکانه به خود مغرور شده ای و نافرمانی می‌کنی و خود را به گناهان آلوده می‌سازی)؟!

این دسته از انسان ها از یاد برده اند که پادشاهی مطلق از آنِ الله سبحانه و تعالی است و اوست تنها قدرت برتر جهان و نه جهان مادی و نه تکنولوژی و جهان پزشکی! و گرنه کافیست که او نخواهد ؛ بدون شک اگر تمام دنیا نیز برای نجات دادن شـخص بیمار جمع شـوند نمی توانند وی را از مرگ نجات دهند و هیچ شـفایی نیز در کار نخواهد بود.

اگر چنین نیست باید سوالی از ملحدین و طراحان این شبهه بپرسیم و آن اینکه:

چرا بسیاری از مردم در کشور های غربی در بهترین بیمارستان ها زیر نظر متخصص ترین پزشکان و با مصرف بهترین دارو ها درمان نمی شوند و جان به جان آفرین تسلیم می کنند؟!

قسمت دوم: بررسی تاثیرات بعد معنوی دعا بر جسم و روان انسان و نیز جامعه

از نظر علوم روان شناسی و پزشکی:

امروزه ما در سراسر جهان شاهد ظهور و توسعه بسیاری از روش های درمانی طب مکمل در یک دید کل نگر نسبت به جسم، ذهن، روان و روح انسان هستیم.

مراکز تحقیقاتی مهمی در جهان تأسیس شده که دستور کار آن‌ها بررسی ارتباط بین دعا و سلامتی، یا مذهب و سلامتی است و تا کنون صدها مطالعه در این زمینه انجام شده که نتایج همه این بررسی‌ها بر یک امر واحد اشاره می‌کند و آن این است که: «میزان ابتلاء به بیماری‌ها و مرگ در افراد با ایمان و مذهبی کمتر از سایرین است و لذا این افراد سلامتی جسمی، روانی و اجتماعی و همچنین، طول عمر و رضایت بیشتری از زندگی دارند».

یاد جمله زیبایی از دکتر ویکتور فرانکل بنیان گذار جدیدترین مکتب روان شناسی بنام معنا درمانی (لوگوتراپی) افتادم ؛ ایشان در کتاب - انسان در جستجوی معنی - چنین می گوید: "**این رنج و درد نیست که باعث ناراحتی و اندوه ما می شود بلکه فقدان معنا در زندگی، باعث ناراحتی ماست.**" (۵).

مطالعات نشانگر آن است که دعا و نیایش از ۴ طریق بر سلامتی جسم و روان انسان تاثیر می گذارد:

۱) آرام سازی (رلکسیشن) و رفع استرس: این روش با تغییرات فیزیولوژیک مطلوب نظیر کاهش نبض و فشار خون، کاهش تنفس،آهسته تر شدن فعالیت امواج مغزی،کاهش متابولیک،کاهش استرس و آرامش جسمانی و روانی همراه است.

آزمایش ها نشان داده اند با تمرین منظم تکنیک آرامش در ۷۵% موارد، بی خوابی از بین می رود،۳۵% زنان نازا باردار می شوند و در ۳۵% موارد،افراد مبتلا به دردهای مزمن احتیاج کمتری به داروهای مسکن خواهند داشت.

حقیقت این است که از لحاظ بیولوژیکی امواج مغزی انسان در هنگام دعا تغییر کرده و همچنین در بین نیمکره های مغز هماهنگی های بیشتری صورت میگیرد (این فرایند ممکن است به تدریج صورت گیرد به همین دلیل است که به پشتکار در انجام دعا توصیه میشود).

درنتیجه در روش آرام سازی "**با انجام دعا و نیایش بخشی از مغز انسان که مسئول بروز آرامش ، رضایت و خوشحالی است فعال می شود و بدن کمتر دچار استرس می گردد**".

منبع: سایت روان شناسی **psychologytoday**

https://www.psychologytoday.com/intl/blog/spiritual-wisdom-secular-times/201607/what-is-prayer

برای درک بهتر مطلب به چند مورد از نتایج تحقیقات دانشمندان دانشگاه های علوم پزشکی مشهور جهان در این زمینه اشاره می کنیم:

*** نتایج تحقیقات محققان از مرکز پزشکی دانشگاه کالیفرنیا در سانفرانسیسکو:**

نیایش و دعا فعالیت بخشی از مغز موسوم « به آمیگدال » را که مسئول بروز احساس ترس و اضطراب است را خاموش می کند. به عبارت دیگر دعا و نیایش موجب می شود بخشی از مغز انسان که مسئول بروز آرامش رضایت و خوشحالی است فعال گردد.(۶)

*** نتایج تحقیقات Harold G. Koenig استاد روانپزشکی و علوم رفتاری از دانشگاه دوک (Duke University) یکی از معتبرترین دانشگاه‌های ایالات متحده آمریکا و جهان:**

هنگام دعا و نیایش ترشح هورمون های کورتیزول، اپی نفرین و هورمون هایی که در غده آدرنال در واکنش به پیرانو نفرین استرس ساخته می شود متوقف شده و سیستم دفاعی بدن فرد تقویت می گردد که در نتیجه باعث متعال و آرام شدن فرد میشود(۷) .

دکتر Koenig می‌گوید :هرچه مردم دعا می‌کنند و از خدا طلب راهنمایی می‌کنند، احساس کنترل بیشتری بر حال و وضعیت خود پیدا می‌کنند و این امر به آنها کمك می‌کند بر افسردگی و اضطراب غلبه کنند.

منبع: سایت فوربس

https://www.forbes.com/sites/nicolefisher/2019/03/29/science-says-religion-is-good-for-your-health/

***نتایج تحقیقات پروفسور کریستال پارك Crystal Park (روانشناس و استاد دانشگاه کنتیکت در استورس آمریکا) :**

نتیجه یافته های این دانشمند نشان میدهد که " آرامشی که در دعا کردن به فرد دست میدهد باعث کاهش استرس،و در نتیجه بهبود سیستم قلبی و عروقی میشود همچنین این تحقیقات نشان میدهد که دعا کردن آرامش روانی و عاطفی را به دنبال دارد که موجب میشود فرد تصمیمات سالمتری در مقایسه با سایر افرادبگیرد".

از دیدگاه پروفسور دکتر پارک ، دعا کردن اثرات فیزیولوژیکی مختلفی روی بدن دارند که میتوان به تنظیم سیستم قلبی عروقی و کاهش استرس در موارد مختلف اشاره نمود.

https://www.everydayhealth.com/emotional-health/power-of-prayer.aspx

۲) پلاسبو : ابتدا به تعریف پلاسیبو بپردازیم: پلاسیبو به معنی « خوب خواهم شد»یا ایحا یا دارونمـــــا (یا دِلخوشکُنَک)، به استفاده از روش‌های درمانی صوری و تلقینی گفته می‌شود که می‌تواند با فریب بیمار، اثـــر مثبتی در روند بهبودی وی داشته باشد و اثر درمانی که از به کار بستن چنین روش‌هایی حاصل می‌شود را نیز اثر پلاسبو می‌نامند

رایج‌ترین روش‌ها برای ایجاد اثر پلاسیبو استفاده از دارونما (چیزی ظاهراً شبیه به دارو بدون هیچ اثر واقعی) و جراحی‌های دروغین اســت.در روند اســتفاده از شــبه داروها، یک قرص بدون اثر به بیمار داده می‌شــود و به او گفته می‌شـــود که با خوردن این قرص حالش بهبود می‌یابد. البته بیمار نباید بفهمد که این قرص، قرص بی‌اثر است و شما در حال اجرای یک روند شبه‌دارویی بر روی وی هستید. تجربیات پزشکان نشان داده‌است که این پدیده روانی تأثیر بسیار بالایی در بهبود بسیاری از بیماران دارد

منبع:

https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16172581/

بـه اعتقـاد متخصـــصـــین علوم پزشـــکی اثرات دعـا و نیـایش همـاننـد دارونمـا(پلاســـبو) ممکن اســـت %۵۰-۷۰ اثرات درمانی استاندارد دارویی یا جراحی را داشته باشد (۸).

هر آنچه که ارتباط با مراقبه و یا کنترل ذهن داشـته باشـد بالقوه باعث تغییر در هورمون های اسـترس و تاثیر روی دستگاه ایمنی بدن می شود بسیاری از محققین معتقدند همین راه های عصبی و هورمونی مکانیزم تاثیر پلاسپو را تشکیل می دهند.

۳) ایجاد احساسات مثبت همچون امیدواری،عشق و سرور،اعتماد و دلگرمی:

سیستم هیپوتالاموس- هیپوفیزی در مغز، این احساسات و افکار را به هم پیوند داده و از طریق مولکول های پیام آور داخل مایع مغزی-نخاعی کل خون آزاد شده و سبب تغییرات مثبت در کل بدن می گردد

۴) کانال مداخله ماوراء الطبیعه : منشـا همه علوم به سـوی حکمت اولی موج می گیرد و آن حکمت اولی را ابو علی سـینا علم ماوراء الطبیعه نهفته اسـت که فقط عده خاصـی آن را می شـناسـند و نیاز به دارو ندارد زیرا خود دارویی فساد ناپذیر است(۸).

ناگفته نماند که در پزشـکی مدرن ِامروز در تحقیقات متعدد ثابت شـده اسـت که دعا ، در درمان بیماران اعصاب وروان و پیشگیری از این بیماری ها که در عصر حاضر شیوع زیادی یافته است تاثیر به سزایی دارد

دکتر Randolph C. Byrd متخصص قلب و عروق در بیمارستان عمومی شهر فرانسیسکو با مطالعهای دوسو کور بـــر روی ۳۹۳ بیمار بسـتری شـده در واحد مراقبت های بیماری کرونری قلب در بیمارسـتان عمومی سانفرانسیسکو، برای ۱۹۲ بیمار توسط گروه های خانگی ، دعا و نیایش روزانه انجام داد که نتایج نشان داد آن دسـته از بیمارانی که مراقبت های پزشکی آنان همـراه بـا دعـا و نیـایش بـوده است نیاز به آنتی بیوتیك و دیورتیك کمتری داشته و تجهیزات ونتیلاسیون و تهویه مصنوعی در مدت زمان کمتری برای آنها استفاده شده است همچنین میزان بروز پنومونی، نارسایی احتقانی قلب و ارست قلبی نیز در آنها نسبت بـه سایر بیماران بسیار کمتر گزارش گردید.(۹)

"دانشمندان طی تحقیقات خود برای سنجیدن رابطه بین دعا و سلامت روحی، از متدهای کیفی و کمی استفاده نموده اند؛ آنها به این نتیجه رسـیده اند که دعا چه به‌صـورت فردی و چه بصـورت اجتماعی، سـطوح بالاتری از سلامت روحی را اثبات می‌کند،حتی علاوه بر این، دعا کردن از نظر آماری نیز تاثیرات مهمی بر روی سلامتی انسان دارد به عبارتی دیگر دعا می‌تواند به عنوان یك شـیوه پیشـگیرانه[از اختلالات روانی] و غلبه‌کننده[بر اضـطراب و استرس و...] بکار گرفته شود".

منبع: سایت هافینگتون پست آمریکا

https://www.huffpost.com/entry/prayer-improves-health_b_9018194

همچنین تحقیقات پژوهشگران و دانشمندان ثابت کرده است **"ایجاد حسی از امیدواری که سرمنشاء آن ایمان است سلامت روانی انسان را بهبود می‌بخشد که این سلامت روانی با سلامت جسمانی هم مرتبط است".**

منبع: دانشگاه Emory ایالات متحده آمریکا

http://news.emory.edu/stories/2013/08/spirited_psychologist_sees_benefits_of_prayer/campus.html

باید نکته ای مهم را برای طراحان پوچ این شبهه یادآور شویم و آن این است که اهل الحاد باید بدانند:

"شواهد علمی محکمی وجود دارند که نشان می‌دهند اعتقاد و دعا از نظر جسمی، روانی و روانشناسی می‌تواند در سلامت انسان مؤثر باشد" .

منبع: **سایت هافینگتون پست آمریکا**

https://www.huffpost.com/entry/power-of-prayer_b_1015475

لازم به ذکر است بر خلاف عقیده متفکرین ملحد " دین داری بیشتر از هزار سال است با مقوله شفا و درمان مرتبط هست فلذا مردم برای سلامتی و رهایی از امراض دعا می‌کنند! چرا که دعا نمودن به وسیله یك یا چند مکانیسم منجر به سلامتی و شفای انسان می‌شود."

خوانندگان گرامی هر چند که می دانیم که دین داری و**"اعتقادات مذهبی ارتباطات اجتماعی را تقویت می‌کند و به مردم کمك می‌کند تا در زندگی هدف داشته باشند"**

منبع: **مرکز رسمی تحقیقات زیست و فناوری آمریکا**

https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2802370/

" و مردمی که با اعتقاد و با امید به یك نتیجه امیدبخش دعا می‌کنند، کمتر دچار OSD استرس، اضطراب تعمیم‌یافته، نگرانی‌های اجتماعی، و ترس میشوند" .

منبع: **دانشگاه پنسیلوانیا**

https://sites.psu.edu/siowfa15/2015/11/04/are-people-who-pray-healthier-than-those-who-dont/

اما جالب است بدانیم که افراد بی معتقد و ملحد نیز به دعا و اثرات آن معتقدند و در بسیاری از موارد به دعا روی می آورند!!!

در گزارش خبرگزاری Daily Mail راجع به دعا خواندن آتئیست ها می خوانیم:

"برای آتئیست ها و آگنوستیك ها، بحران یا تراژدی شخصی شایعترین دلیل برای آنها است که به دعا روی بیاورند، یك چهارم آنها برای اینکه احساس خوبی داشته باشند و کمتر احساس تنهایی کنند دعا میکنند !!

از تمامی آتئیست ها و آگنوستیکهای بریتانیایی، یك چهارم اعتراف میکنند که برای راحتی یا احساس تنهایی دعا را ترجیح میدهند !!"

منبع: **خبرگزاری Daily Mail**

https://www.dailymail.co.uk/news/article-5267485/A-quarter-non-believers-pray-faced-crisis.html

آلبر کامو فیلسوف فرانسوی و یکی از برندگان جایزه نوبل در رابطه با دعا خواندن اهل الحاد می گوید:

"هرکسی که تنها و به خداوند بی اعتقاد باشد سختی های روزگار برایش بسیار دردناك و سنگین خواهد بود... من ندانم گرایان و نهلیست های زیادی میشناسم که هر شب دعا می کنند"(۱۰).

بنابراین ملحدین و کسانی که این شبهه را ایجاد کرده اند باید قبول کنند که دعا کردن و توکل نمودن منحصر به افراد متدین نیست !

"براساس مطالعات مرکز تحقیقاتی اندیشکده pew مستقر در واشنگتن دی.سی. بیش از نیمی از بزرگسالان آمریکایی روزانه دعا می خوانند و کمتر از یك چهارم به ندرت و یا اینکه هرگز دعا نمی خوانند.

تعدادی از مطالعات نشان می دهد که انجام دادن دعا تاثیر مثبتی بر سلامت انسان دارد ، به عنوان مثال در یك بررسی سراسری از سالمندان ، مشخص شد که تاثیرات منفی مشکلات مالی بر سلامتی به صورت چشمگیری در میان افرادی که مرتباً برای دیگران دعا می کنند کاهش یافته است. همچنین تحقیقات نشان داده است که دعا کردن منجر به بهبود سلامت روانی میشود. پژوهش ها در این حوزه نشان میدهد که محتوای دعا نیز از اهمیت خاصی برخوردار است . برای مثال در یك بررسی بین بیماران سرطانی ، مشخص شد که افرادی که در دعا های خود شکرگذار هستند و دیگران را نیز یاد میکنند کمترین علائم افسردگی را داشته اند".

منبع:

https://www.pewforum.org/religious-landscape-study/frequency-of-prayer/

" مردم در سراسر جهان از فرهنگ ها، ادیان و پیشینه های مختلف مرتباً دعا می خوانند و واضح است که بسیاری از مردم دعا را یك فعالیت معنوی ارزشمند می دانند. کسانی که می خواهند این کار را نفی کنند ، باید حداقل مزایای روانشناختی و اجتماعی آزمایش شده از دعا را در نظر بگیرند و همچنین واقعیت اینکه چگونه بیشتر معتقدین علاوه بر سایر دوره های عملی، به اعمال مبتنی بر ایمان روی می آورند".

منبع:

https://www.nationalreview.com/2018/04/what-prayer-is-good-for-and-the-evidence-for-it/

در پایان به آیه زیبایی از کلام اللّه سبحانه و تعالی که در رابطه با آرامش جسمانی و روحانی بدن انسان و نیز کاهش همه درد ها و استرس می باشد بسنده می کنیم.

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ (۱۰).

آن کسانی که ایمان می‌آورند و دلهایشان با یاد خدا سکون و آرامش پیدا می‌کند؛ هان! دلها با یاد خدا آرام می‌گیرند. (و از تذکّر عظمت و قدرت خدا و انجام عبادت و کسب رضای یزدان اطمینان پیدا می‌کنند)

پی نوشت ها:

(۱). نجم / ۳۹

(۲). الألبانی (١٤٢٠ هـــ)، صـحیح الترمذی ٢٥١٧ - حســن / أخرجه الترمذی (٢٥١٧) واللفظ له/ وأبو الشــيخ في «أمثال الحديث» (٤٢)، وأبو نعيم في «حلية الأولياء» (٨/٣٩٠) / السيوطي (٩١١ هـ)، الجامع الصغير ١١٨٦ • صحيح

(۳). کهف / ۸۴

(۴). الإنفطار / ٦

(5). Frankl, V. E. (1963). Man's search for meaning: An introduction to logotherapy. New York: Washington Square Press.

(6). Ekman P,Dalai L.Emotional Awareness:Overcoming the Obstacles to Psychological.2nh ed. New York:Times Books; 2008. p.78-85.

(7) . Koenig HG. Research on Religion, Spirituality, and Mental Health: A Review. The Canadian Journal of Psychiatry 2009;54(5):283-291.

(8) . Jantos M, Kiat H. Spirituality and Health Prayer as Medicine: How Much Have We Learned? MJA 2007;186(10 Suppl):S51-S53.

(9) . Byrd RC. Positive Therapeutic Effects of Intercessory Prayer in a Coronary Care Unit Population. Southern Medical Journal 1988;81:826-9.

(10) . Prometheus rebound:The Irony of Atheism,p252